

ЮРИДИЧЕСКАЯ газета

ZANMEDIA.KZ



7 10497 94350 5

№92 (3993)

5 декабря
2025 года



urgazet@gmail.com

ДИАЛОГОВАЯ ПЛОЩАДКА

БЕЗ ДИСКРИМИНАЦИИ И УГРОЗ

В Алматы на базе факультета философии и политологии КазНУ им. аль-Фараби в партнерстве с кризисным центром «Жан-Сая» состоялась встреча в рамках диалоговой площадки на тему: «Сталкинг. Как выстроить защиту».

Мероприятие было организовано совместно с кафедрой Социологии и социальной работы КазНУ им. аль-Фараби в контексте глобальной кампании ООН в соответствии с Целями устойчивого развития о ликвидации всех форм дискриминации в отношении женщин и детей.

В оживленной дискуссии приняли участие студенты, докторанты, преподаватели, юристы, представители правоохранительных органов, психологи, блогеры, общественные деятели, а также сами жертвы бытового насилия.

Основная цель встречи заключалась в повышении осведомленности студентов о проблеме сталкинга – навязчивого преследования, угроз, контроля и вторжения в личные границы граждан.



Опытные спикеры поделились знаниями о том, как научить распознавать признаки сталкинга, различать его формы и понимать, как защитить себя и своих близких от подобных угроз.

Основные вопросы, затронутые аудиторией, касались таких тем, как:

- Что такое сталкинг и чем он отличается от обычного интереса или ревности?
- Каковы признаки сталкинга в онлайн- и онлайн-пространстве?
- Как действовать, если вы столкнулись с преследованием?
- Куда обращаться за юридической и психологической помощью?
- Каковы психологические последствия сталкинга и пути восстановления чувства безопасности?

Открытая диалоговая площадка вылилась в живое обсуждение, где детально разбирались реальные жизненные истории, юристы и правоохранители давали практические рекомендации, а студенты получили исчерпывающие ответы на интересующие вопросы.

В ходе мероприятия была представлена социальная инсталляция «Туфли, которые не идут», олицетворявшая композицию из



женских туфель, установленных на досках у стены – своеобразный символ неуслышанных историй, прерванных судеб и женщин, которые не смогли сделать следующий шаг из-за насилия и преследования. Каждая пара обуви служила напоминанием о том, что насилие лишает движения, свободы и даже жизни.

Диалоговая площадка прошла в интересном и насыщенном формате и дала участникам понять, что только сообща можно сформировать общественную нетерпимость к любым проявлениям насилия – в реальной жизни и в цифровой среде, а также создать в Казахстане безопасную, сильную и устойчивую семью.

Напомним, с 25 ноября по 10 декабря текущего года в стране стартовала ежегодная глобальная международная кампания «16 дней активных действий против гендерного насилия», которая объединила более 180 стран мира и направлена на привлечение внимания к проблемам насилия в отношении представительниц слабого пола и повышение знаний граждан о доступных мерах правовой защиты.

Бахтияр ТОХТАХУНОВ

ПАРЛАМЕНТ

В Мажилисе развернулась дискуссия о неэффективности Правительства. Парламентарии назвали ответы Кабмина на запросы граждан формальными отписками.

КРИЗИС ДОВЕРИЯ И ФОРМАЛИЗМ



Фото: Tengrinews.kz

На пленарном заседании Мажилиса Парламента руководитель фракции партии «AMANAT» Елнур Бейсенбаев сделал акцент на системных провалах в экономике, инфраструктуре и социальной сфере, а также заявил, что неэтичные и необдуманные высказывания чиновников стали уже настоящими «мемами», подрывая доверие народа к власти.

Депутат представил неутешительные результаты анализа обращений граждан, собранных мажилисменами во время их поездок в 543 населенных пункта. Он подчеркнул, что за каждым из более чем 40 поднятых вопросов стоят тысячи затруд-

нений и вопросы, которые не решались годами.

– Из ответов правительства: 46 процентов – это лишь разъяснения, 20 процентов – на стадии исполнения, 13 процентов – совсем не решены и даже 5 процентов остались без ответа, – привел цифры мажилисмен.

Елнур Бейсенбаев констатировал, что правительство не прияло конкретного решения по более чем половине вопросов, а каждый пятый запрос столкнулся с бюрократическими проволочками.

По его мнению, причина кроется в системном формализме.

– Мы считаем, что сложившаяся ситуация связана с тем, что руководители про-

фильных ведомств формально отвечают на вопросы населения и не уделяют должного внимания поднятым проблемам». Он уточнил, что из 120 депутатских запросов, направленных фракцией «AMANAT» с начала сессии, примерно 60 процентов этих ответов были формальными, пустыми, в виде отписок, – подчеркнул он.

Парламентарий подробно остановился на ключевых болевых точках, начиная с экономики.

– Мы все обеспокоены тем, что инфляция по-прежнему не контролируется, а рост цен усилился.

[Окончание на 4-й стр.]

АКТУАЛЬНО

ВОПРОСЫ ПЕРЕИМЕНОВАНИЯ УЛИЦ ОКАЗАЛИСЬ ЧУВСТВИТЕЛЬНОЙ ТЕМОЙ, СТАВ АРЕНОЙ ОЖИВЛЕННЫХ ДИСКУССИЙ, В КОТОРЫХ ПРЕДЛАГАЕМЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ ВЫЗВАЛИ РАЗНЫЕ ТОЧКИ ЗРЕНИЯ. ПРИСВОЕНИЕ, ИЗМЕНЕНИЕ ИЛИ ОЦЕНКА НАИМЕНОВАНИЙ ГЕОГРАФИЧЕСКИХ ОБЪЕКТОВ, ТОПОНИМОС (УЛИЦ, ПЛОЩАДЕЙ) И ДР. ВОЗЛОЖЕНО НА ОНОМАСТИЧЕСКИЕ КОМИССИИ. ОНИ ПРИЗВАНЫ ОБЕСПЕЧИТЬ ВЗВЕШЕННОЕ И ОТВЕТСТВЕННОЕ УПРАВЛЕНИЕ ОБОЗНАЧЕННЫМ В ОБЩЕСТВЕННОМ ПРОСТРАНСТВЕ ИМЕНЕМ – ОДНИМ ИЗ КЛЮЧЕВЫХ ЭЛЕМЕНТОВ КУЛЬТУРНОГО КОДА НАРОДА, ОТРАЖАЮЩИМ В ПЕРВУЮ ОЧЕРДЬ НАЦИОНАЛЬНЫЕ ЦЕННОСТИ, ПРИНЦИПЫ ИСТОРИЧЕСКОЙ ПРЕЕМСТВЕННОСТИ И ПАТРИОТИЗМА.

Эти вопросы, связанные с формированием национальной идентичности, актуальны во всех странах. Так, от устаревшей символики советской и других эпох отказалась в России, где были переименованы города Ленинград, Куйбышев, Горький, Свердловск, Калинин, Фрунзе, Сталинград и многие другие.

У нас иначе – этот процесс идет робко, несмело, с каким-то выжиданием. В отли-

чие от северных соседей, названия улиц, городов и населенных пунктов, не имеющие отношения к истории и культуре Казахстана, все еще носят идеологически устаревшие названия вроде «50 лет Октября», Павлодар, Петропавловск и т.д. Хотя их наименование тоже вполне спокойно можно было поменять на исконно исторические, либо на имена национальных героев. Сегодня же они смотрятся, как атавизм, в контексте нынешнего времени чуждый интересам независимого государства.

При этом попытки переименования встречают порой сопротивление под риторикой «надо сохранить историческую память», и что «советские названия хранят историю основания и развития городов, которые возникли благодаря советскому прошлому». И как козырь звучит: средства, затрачиваемые на переименование (замена табличек, документов), могли бы быть направлены на решение более насущных проблем, таких, как ремонт дорог или развитие здравоохранения. Авторы подобных нарративов доходят до оскорблений и истерии, пример тому случай в Рудном, где одна из участниц слушаний после своего резкого выступления против переименования была оштрафована за грубость и нарушение общественного порядка.

Общественный резонанс вокруг переименования улиц с морально устаревшими наименованиями показал необходимость разработки более четкой и понятной методики отбора имен для улиц. На сегодня очевидно, что разногласия в обществе относительно исторической памяти и национальной идентичности остаются инструментом публичной политики, когда кому-то названия типа Петровка, Павловка, Успенка, Орловка хочется облечь в международный вопрос.

Так, спор о переименовании улиц из рядового административного вопроса переходит в область политики. И за этим внешним противостоянием скрывается глубокий и болезненный процесс – поиск национальной самоидентификации и самоопределения, который переживает титульная нация после обретения независимости. Страсти кипят не из-за табличек на домах, а потому, что эти таблички стали символическим полем битвы за право самостоятельно отвечать на вопросы: «Кто мы?», «Чью историю мы наследуем?» и «Каким мы видим свое будущее?». Актуальны ли сохранившиеся наименования улиц в честь Ленина, Комсомола, Дзержинского или Павлика Морозова?

[Окончание на 4-й стр.]

ВЫЙТИ НА НОВЫЙ УРОВЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ

ТАРИФЫ И ЖКХ

- Повышение тарифов приостановлено до конца I квартала 2026 года
- Проверка, как монополисты тратят деньги на ремонт сетей
- Модернизация (2026-2028)
- Инвестиции: 3 трлн тенге
- Ремонт: 30 тыс. км (тепло, свет, вода)

ТАРИФЫ, ДОХОДЫ И ГОСАКТИВЫ (ПЛАНЫ ДО 2028 ГОДА)

ПОДДЕРЖКА НАСЕЛЕНИЯ

- Ожидается рост реальных доходов на 2-3% ежегодно
- Жилищная помощь сохраняется для уязвимых слоев
- Цифровизация: Соцвыплаты станут прозрачнее и адреснее
- В 2027 рассмотрят вопрос повышения МЭП

ГОСАКТИВЫ И ПРИВАТИЗАЦИЯ СНИЖЕНИЕ ДОЛИ ГОСУДАРСТВА В ЭКОНОМИКЕ

- До конца 2026 года — мораторий на создание новых госкомпаний
- В список на передачу в конкурентную среду вошли 500 компаний
- Сфера: Энергетика, промышленность, транспорт, АПК
- Планируется продажа акций АО «Казахтелеком» и «Qazaq Green Power PLC».

НАУКА И ЖИЗНЬ

ФОРМИРОВАНИЕ АНТИКОРРУПЦИОННОЙ КУЛЬТУРЫ –

ПРАВОВОЕ СОЗНАНИЕ ГРАЖДАН

В Казахстане вопросы противодействия коррупции в теоретическом аспекте были подробно исследованы в трудах доктора юридических наук, профессора Казахского национального университета им. аль-Фараби Усениной Гульнары Рахимжановны.

Вопросы противодействия коррупции являются актуальными для всех стран. Большое значение имеют научные разработки, в которых исследуются причины коррупции, методы противодействия и превенции.

В течение ряда лет профессор Г. Усенинова возглавляла научную школу, исследующую основы формирования антикоррупционной культуры и добродорядочности в Республике Казахстан, была руководителем социального проекта «Адал комек», активно выступала с разъяснениями действующего законодательства в массмедиа, СМИ, на встречах в институтах гражданского общества.

Особо отметим научные труды Г. Усениновой. Под ее руководством в КазНУ им. аль-Фараби была издана монография «Формирование антикоррупционной культуры и антикоррупционного сознания: проблемы теории и практики», подготовлен мультимедийный электронный учебник «Основы противодействия коррупции в Республике Казахстан», аудиовизуальное произведение «Сказ о добродорядочном городе». Так же под руководством профессора Г. Усениновой была разработана «Карта коррупционных рисков и антикоррупционных технологий в сфере образования».

Ежегодно в Казахском национальном университете в память профессора Г. Усениновой проводятся научные мероприятия. Студенты, магистранты, докторанты юридического факультета проводят научные исследования, посвященные изучению национального и зарубежного опыта формирования антикоррупционной культуры, механизма внедрения системы антикоррупционных ограничений.

Отметим, что на государственном уровне проблеме противодействия коррупции уделяется особое внимание. Так, разработана «Концепция антикоррупционной политики Республики Казахстан на 2022 – 2026 годы», действуют законы «О противодействии коррупции», «О государственной службе», «О правоохранительной службе», «Этический кодекс государственных служащих», обновлен «Кодекс судейской этики».

Полагаем справедливым мнение профессора Г. Усениновой о том, что коррупция по своей природе обладает способностью влиять на правовое сознание граждан, формировать у них правовой нигилизм, который проявляется в полном отрицании правовой системы и нежелании гражданина проявлять собственную правовую позицию. И даже больше, системная коррупция снижает эффективность функционирования государственной власти и подрывает веру гражданина в органы публичной власти. Также коррупция способствует угрожающему нарастанию социальной напряженности в обществе. Проблема коррупции является одним из главных факторов, препятствующих безопасности общества и личности.

Современная антикоррупционная политика направлена на устранение причин и факторов развития коррупции. Разработана система противодействия коррупции. Полагаем, что особое внимание необходимо обращать на формирование антикоррупционной культуры общества и каждого гражданина. На всех уровнях государственной службы необходимо повышение уровня прозрачности и подотчетности деятельности государственных органов.

Государственные организации должны поощрять положительные действия своих должностных лиц. Система данных поощрений должна быть направлена на то, чтобы чиновнику было выгодно и в материальном плане, и в моральном вести себя честно и эффективно.

Отметим, что уровень коррупции во многом зависит от качества принимаемых нормативно-правовых актов. Эффективным средством противодействия коррупции является

ОСОБОЕ ВНИМАНИЕ НЕОБХОДИМО ОБРАЩАТЬ НА ФОРМИРОВАНИЕ АНТИКОРРУПЦИОННОЙ КУЛЬТУРЫ ОБЩЕСТВА И КАЖДОГО ГРАЖДАНИНА. НА ВСЕХ УРОВНЯХ ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ НЕОБХОДИМО ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ПРОЗРАЧНОСТИ И ПОДОТЧЕТНОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ГОСУДАРСТВЕННЫХ ОРГАНОВ.

проведение антикоррупционной экспертизы проектов НПА. Профессор Г. Усенинова была экспертом по проведению антикоррупционной экспертизы проектов НПА.

В настоящее время предложения профессора Гульнары Усениновой внедряются в правовую практику. Это выявление коррупционных рисков во всех сферах общества и деятельности государства, проведение мероприятий по повышению антикоррупционной культуры, создание условий для поддержки государственной службы, воспитание государственного служащего в духе соблюдения нравственных и этических норм, активное участие общественных объединений и гражданских институтов в формировании антикоррупционной культуры. Последовательное противодействие коррупции должно быть во всех сферах жизнедеятельности общества и государства.

Алса ИБРАЕВА,
д.ю.н., профессор
кафедры теории и истории
государства и права,
конституционного и
административного права
юридического факультета
КазНУ им. аль-Фараби



В РАМКАХ ЕЖЕГОДНЫХ Антикоррупционных чтений, посвященных памяти доктора юридических наук, профессора Усениновой Гульнары Рахимжановны, юридический факультет Казахского национального университета им. аль-Фараби 9 декабря текущего года проводит Международную научно-практическую конференцию на тему «Антикоррупционная политика как основа устойчивого развития государства: национальные и международные подходы». В связи с этим «Юридическая газета» предлагает вниманию читателей статьи профессорско-преподавательского состава кафедры теории и истории государства и права, конституционного и административного права.



ПРИНЦИПЫ ВНУТРЕННЕЙ ПОЛИТИКИ НОВОГО КАЗАХСТАНА

Сегодня в Казахстане происходит глубокая концептуальная трансформация государственного управления, в основе которой лежит понимание: никакие реформы не смогут привести к желаемым устойчивым результатам, если не изменится сама культура власти и служб.

Новый Казахстан строится на доверии, на партнерстве с обществом. И именно доверие становится приоритетной ценностью политики и управления. Эта новая философия отражена в принятом в ноябре 2025 года Указе Президента Республики Казахстан об утверждении основных принципов, ценностей и направлений внутренней политики. На мой взгляд, нормативное закрепление таких идей имеет огромное значение: оно превращает ценности, которые раньше существовали лишь в морально-политической плоскости, в обязательные ориентиры государственной деятельности, государственной идеологии.

Зачем нужна идеология, если у нас есть законы? Потому что закон регулирует поступки, а идеология формирует мировоззрение. Правовая культура не возникает из страха наказания; она вырастает из внутреннего убеждения в необходимости жить по закону. Государство, которое воспитывает гражданина не как объект правового принуждения, а как сознательного участника общественного договора, создает основу для зрелой демократии. Именно поэтому Казахстану необходима позитивная государственная идеология, которая является не инструментом контроля, а смысловой системой, объединяющей общество вокруг идеи справедливости и слуг общему благу.

Такое мировоззренческое единство позволяет укреплять доверие к институтам власти, повышает устойчивость общества к коррупции, произволу и правовому нигилизму. Нормативное закрепление принципов внутренней политики задает координаты, в которых воспитывается гражданин нового типа «Адал азamat» – с высоким уровнем правосознания, с пониманием своей личной ответственности за соблюдение закона и уважение к государственным институтам. В конечном счете, идеология справедливости и доверия – это не громкий лозунг, чье предназначение сводится лишь к украшению политических действий, а внутреннее смысловое ядро, без которого невозможно воспитать поколение граждан, для которых соблюдение закона станет естественной формой внутренней свободы.

Весь осуществляемый сегодня переход к слышащему и сервисному государству – это не только технологическая или административ-

ная реформа, а прежде всего трансформация этическая, трансформация идеологическая.

Антикоррупционная культура общества начинается в сознании каждого. Государственная служба в этом смысле является зеркалом общества. Государственные служащие, понимающие свои должностные обязанности как служение государству, служение обществу, будут понимать и профессиональную добродорядочность как неотъемлемое качество человека, способного к моральному выбору.

Сегодня часто говорится о необходимых компетенциях государственных служащих, внутренние ориентиры – они куда важнее. Каждое решение, каждое действие государственного служащего должно совершаться не как привилегия, не как возможность реализовать властные полномочия, а как возможность найти справедливый путь решения ситуации. В этом и заключается смысл нового государственного мышления, которое постепенно утверждается в Казахстане.

Сегодня в стране создаются условия для этого: внедряются комплайанс-службы, развивается цифровая инфраструктура, совершенствуются механизмы внутреннего контроля. Но ни одна система не заменит личную нравственную ответственность человека, если он сам не верит в смысл своей работы.

Каждый шаг в сторону прозрачности, каждый открытый цифровой государственный сервис – это новый кирпичик в строящемся новом Казахстане. Там, где государство слышит, граждане отвечают доверием. Там, где власть служит, а не властвует, исчезает сама почва для коррупционных злоупотреблений. Там, где закон один для всех, возникает порядок, не требующий принуждения.

Поэтому можно сказать, что вопросы формирования антикоррупционной культуры в обществе – это вопросы личной совести. Эта культура растет из семьи, из школы, из университетской аудитории. Честность, справедливость, ответственность – эти качества всегда будут в цене. Именно так мы делаем шаг за шагом в сторону будущего, где не будет необходимости громко говорить о противодействии коррупции, потому что сама система станет честной по своей природе. И если это произойдет, то не благодаря страха наказания, а благодаря внутренней культуре справедливости и уважения к закону и общественному порядку.

Жанар КЕГЕМБАЕВА,
д.ю.н., профессор кафедры теории и истории государства и права, конституционного и административного права юридического факультета КазНУ им. аль-Фараби



РЕАЛЬНЫЙ СПОСОБ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ КОРРУПЦИИ

СОВРЕМЕННАЯ ПАРАДИГМА АНТИКОРРУПЦИОННОЙ СТРАТЕГИИ

Современная парадигма казахстанской антикоррупционной политики складывается в совершенно ином общественном контексте, чем это было десять лет назад, когда были принятые новые законы страны о государственной службе, о противодействии коррупции. Изменились не только законы и институты, но и сама логика восприятия государственной службы.

Переход к новому формату государственного управления – к слышащему и сервисному государству – неизбежно изменил и само понимание государственной ответственности. Сегодня от государственного служащего ожидают не просто исполнительности, а проявления максимального уважения к гражданину, умения объяснить, выслушать, признать ошибку, если она была. Антикоррупционная политика здесь перестает быть карательной, она становится культурой управления. Ведь коррупция не всегда начинается с денег, чаще она зарождается с безразличия, с привычки считать власть собственным ресурсом. В таком аспекте и реформа управления, и цифровизация административных процедур, и открытые конкурсы и тендера – все это является инструментарием в воспитании нового управляемческого мышления.

Нельзя не отметить, что Казахстан за последние годы продвинулся к системной антикоррупционной модели, максимально приближенной к международным правовым стандартам. Созданы независимые институты общественного контроля, антикоррупционного комплаенса, разработаны стандарты оказания государственных услуг. Но настоящая смена парадигмы происходит изнутри – государственный служащий нового поколения должен мыслить иначе: не «что мне позволено», а «что правильно и справедливо». Это изменение самой культуры принятия управляемческих решений определяет суть происходящей трансформации.

Университетская среда в этом отношении имеет особую миссию. Здесь формируются не только знания, но и модели будущего профессионального поведения. Когда студент юридического факультета изучает правовые дисциплины и осваивает при этом не только юридические конструкции, но и правовую культуру. В этом и состоит смысл университетского вклада в антикоррупционную политику: воспитать честного, справедливого юриста.

Таким образом, современная антикоррупционная политика – это не только противодействие конкретным корруп-

ционным проявлениям, сколько выстраивание целостной системы ценностей. Принятая в этом году система основных принципов внутренней политики Республики Казахстан укрепила эту идею. Там прямо обозначены ориентиры, на которых строится государственная деятельность: закон и порядок, слышащее государство, разные мнения – единая нация, адаптация и др.

Иначе говоря, современная парадигма казахстанской антикоррупционной политики формируется не только в рамках нормативных актов и государственных программ и концепций, но прежде всего через осознание обществом того, что противодействие коррупции – это не разовая кампания, не абстрактный лозунг, а форма развития, позволяющая государству расти и укреплять свой авторитет на мировой арене.

Смещение в антикоррупционной политике акцента с наказания на предупреждение можно считать важным признаком зрелости государства. Невозможно построить справедливое общество только через санкции и запреты. В этом смысле казахстанская модель все больше ориентируется на европейские стандарты добродорядочного управления, где во главу угла ставятся ценности публичной ответственности, прозрачности и профессиональной чести. При этом большое значение придается национальным ценностям, их синтез с международными подходами становится ключевым направлением казахстанской антикоррупционной политики. Казахстан активно взаимодействует с международными организациями, перенимает опыт стран, добившихся устойчивости и прозрачности в сфере государственного управления. Но при этом опора на собственные традиции и исторический контекст остается принципиально важной. Антикоррупционная культура общества не может быть заимствованной, она должна расти из системы национальных нравственных ценностей, в которой честь, совесть и долг всегда были главными ориентирами.

Поэтому можно подытожить: суть новой парадигмы антикоррупционной политики заключается не в институтах, а в людях. Если неподкупность, честность и справедливость становятся естественной нормой, государство не нуждается в ужесточении наказаний.

**Карлыгаш УСЕИНОВА,
к.ю.н., ассоциированный
профессор (доцент),
заведующая кафедрой теории
и истории государства и
права, конституционного и
административного права
юридического факультета
КазНУ им. аль-Фараби**



**АНТИКОРРУПЦИОННАЯ КУЛЬТУРА ОБЩЕСТВА НАЧИНАЕТСЯ В СОЗНАНИИ КАЖДОГО. ГОСУДАРСТВЕННАЯ
СЛУЖБА В ЭТОМ СМЫСЛЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЗЕРКАЛОМ ОБЩЕСТВА. ГОСУДАРСТВЕННЫЕ СЛУЖАЩИЕ,
ПОНИМАЮЩИЕ СВОИ ДОЛЖНОСТНЫЕ ОБЯЗАННОСТИ КАК СЛУЖЕНИЕ ГОСУДАРСТВУ, СЛУЖЕНИЕ
ОБЩЕСТВУ, БУДУТ ПОНИМАТЬ И ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ДОБРОПОРЯДОЧНОСТЬ КАК НЕОТЪЕМЛЕМОЕ
КАЧЕСТВО ЧЕЛОВЕКА, СПОСОБНОГО К МОРАЛЬНОМУ ВЫБОРУ.**

**КАЖДЫЙ ШАГ В СТОРУНУ ПРОЗРАЧНОСТИ, КАЖДЫЙ ОТКРЫТЫЙ ЦИФРОВОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ СЕРВИС – ЭТО НОВЫЙ
КИРПИЧИК В СТРОЯЩЕМСЯ НОВОМ КАЗАХСТАНЕ. ТАМ, ГДЕ ГОСУДАРСТВО СЛЫШИТ, ГРАЖДАНЕ ОТВЕЧАЮТ ДОВЕРИЕМ.
ТАМ, ГДЕ ВЛАСТЬ СЛУЖИТ, А НЕ ВЛАСТВУЕТ, ИСЧЕЗАЕТ САМА ПОЧВА ДЛЯ КОРРУПЦИОННЫХ ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЙ. ТАМ,
ГДЕ ЗАКОН ОДИН ДЛЯ ВСЕХ, ВОЗНИКАЕТ ПОРЯДОК, НЕ ТРЕБУЮЩИЙ ПРИНУЖДЕНИЯ.**

УЧЕНЫЙ С БОЛЬШИМ СЕРДЦЕМ

Среди людей, которых мы встречаем на жизненном пути, есть те, кто остается с нами навсегда, не только в памяти, но и в сердце. Гульнара Рахимжановна Усеинова была именно таким человеком, мудрым наставником, великим тружеником науки, доброй душой, чья внутренняя светость озаряла всех, кто работал и учился рядом с ней.

Ее путь в университете от стажера-исследователя до заведующей кафедрой теории и истории государства и права, конституционного и административного права был, по сути, путем служения науке и своему университету. Гульнара Рахимжановна стала не только выдающимся ученым, но и человеком, создавшим вокруг себя атмосферу доверия, уважения и творческого поиска.

Мне посчастливилось работать рядом с ней с 2011 года, длительное время быть ее заместителем. Я видела, как она внимательно относилась к каждому члену коллектива с теплом и подлинным интересом. Она умела поддержать добрым словом, направить мудрым советом, помочь найти силы в трудный момент. Но вместе с тем требовала профессиональной честности, уважения к каждому студенту и к делу, которое мы делаем.

Гульнара Рахимжановна верила в людей, и именно эта вера помогала многим раскрыть свой потенциал – магистрантам, докторантам, молодым преподавателям. Она воспитала и выпустила большое количество магистров и докторов PhD, передав им не только знания, но и свои ценности: трудолюбие, уважение, ответственность и любовь к профессии.

Ее научные труды – более 350 публикаций – фундаментальные исследования, участие в ключевых проектах МОН РК давно стали частью интеллектуального достояния страны. В трудах Гульнары Рахимжановны рассматриваются государственно-правовые взгляды Ш. Уалиханова и А. Букейханова, проблемы национальной правовой системы, цифровизации государственных услуг, правовые аспекты противодействия

коррупции. Но главное, за научной строгостью всегда стояла искренняя забота о том, чтобы результаты исследований служили обществу и людям.

Гульнара Усеинова активно участвовала в общественной жизни, была научным консультантом НИИ «Антикоррупционных технологий», основным координатором проекта «Sanaly игра», руководителем Общественной приемной «Гражданский контроль», членом общественных советов и комиссий. За вклад в развитие науки и гражданского общества была удостоена множества наград, среди которых знак «Білім беру ісінің құрметті қызыметкөрі», премия «Лучший преподаватель вуза», юбилейные медали МВД и Конституционного Совета РК.

Ежегодная конференция «Антикоррупционная политика как основа устойчивого развития», посвященная ее памяти, стала не просто научным событием, это традиция, которую мы храним, как дань уважения Учителю. Данное мероприятие объединяет ведущих ученых и юристов-практиков, молодых исследователей, продолжая то, что Гульнара Рахимжановна делала при жизни: создавала пространство открытого разговора о праве, государстве и будущем Казахстана.

Трудно подобрать слова, чтобы выразить всю благодарность человеку, который стал для многих примером професионализма, интеллекта и доброты.

Для меня Гульнара Рахимжановна навсегда останется наставником, доброй душой и сердцем нашего коллектива. Она умела сочетать строгость ученого с удивительной человечностью, и именно это делала ее особенной.

Светлая память о ней живет в наших сердцах, в наших делах, в наших студентах и в каждом научном проекте, который продолжается сегодня.

**Джамиля ОСПАНОВА,
к.ю.н., ассоциированный
профессор кафедры теории
и истории государства и
права, конституционного и
административного права
юридического факультета
КазНУ им. аль-Фараби**



КОМПЛАЕНС-КОНТРОЛЬ – МЕХАНИЗМ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЗАКОННОСТИ И СТАБИЛЬНОСТИ

На современном этапе в эпоху цифровизации многие государства все чаще сталкиваются с необходимостью трансформации системы управления в контексте обеспечения достойной жизни в сторону большей открытости, прозрачности и вовлеченности граждан в процессы принятия решений.

В этом актуальную роль выполняет принятая в Новом Казахстане Концепция «Слышащее государство» – модель управления, ориентированная на активное взаимодействие власти с гражданами, чтобы учитывать их потребности и проблемы при принятии решений. Ее целью является построение «Справедливого Казахстана» через открытые каналы связи, прозрачность и адаптацию государственной политики на основе обратной связи от населения. Для этого используются различные инструменты, такие, как консультации, опросы и онлайн-форумы.

В Республике Казахстан данная модель реализуется через различные механизмы взаимодействия с населением, включая цифровые технологии, общественные советы и институты обратной связи, то есть предполагает не просто пассивное информирование населения, а активное восприятие запросов общества, их анализ и учет в государственной политике. Концепция «слышащего государства» и система комплаенс-контроля стали ключевыми элементами современных политических реформ в Казахстане. Эти механизмы направлены на укрепление доверия между властью и обществом, обеспечение прозрачности управления и минимизацию коррупционных рисков.

Одним из ключевых элементов эффективного государственного управления является комплаенс-контроль – система мер, направленных на соблюдение законодательства, этических норм и противодействие коррупции, путем ее предупреждения и минимизации правовых рисков. В Казахстане его внедрение связано с реализацией Антикоррупционной стратегии и требований Закона «О закупках». Безусловно «Слышащее государство» и комплаенс-контроль тесно взаимосвязаны, так как комплаенс-контроль является тем инструментом, который помогает государству обеспечивать соблюдение законов, борясь с коррупцией и финансовых преступлениями, а также повышать прозрачность и эффективность своей деятельности.

Так, в целях обеспечения законности, комплаенс-контроль помогает компаниям избежать нарушений, которые влекут за собой штрафы, санкции и репутационные риски, тем самым способствуя поддержанию правопорядка в стране. Комплаенс-системы компаний выявляют и предотвращают коррупционные схемы, в том числе с участием чиновников, тем самым помогая государству в достижении этой цели. В итоге наличие комплаенс-контроля повышает доверие к компании и государству в целом, поскольку это свидетельствует о стремлении к соблюдению этических и правовых норм.

Немаловажным фактором предупреждения коррупции является возможность граждан непосредственно участвовать в определении наиболее проблемных, острых вопросов в той или иной сфере или регионе, а также путей их разрешения. Это позволяет решать не только задачи по искоренению коррупции, но и улучшать социально-экономическую ситуацию, повышать уровень доверия к власти, при этом укрепляя имидж государственного служащего с высоким уровнем правовой культуры.

Показательным в этом плане стал общегосударственный проект «Адалдық алана», который олицетворяет собой «мост» между государством и обществом, благодаря которому представители общественности могут не только высказывать свою позицию по поводу проводимой антикоррупционной политики, но и непосредственно участвовать в ее реализации. Данный проект включает в себя функционирование ряда проектных офисов, осуществляющих свою деятельность в наиболее чувствительных сферах, таких, как защита бизнеса, выявление проблем в сфере ремонта и строительства дорог, железнодорожных перевозок, образования, взаимодействие с молодежью, мониторинг распределения бюджетных средств и бесспорно проводится работа по трансформации государственных органов с целью обеспечения их прозрачности и открытости.

Так, на диалог платформе сельских акимов 28 ноября 2025 года Президент К.-Ж. Токаев сделал важные заявления о рассмотрении обращений граждан, роли акимов и их ответственности. Акцентируя внимание на вопросах обращения граждан и роли акимов, Глава государства подчеркнул, что благодаря единой информационной системе сельский аким теперь «может легко отслеживать проблемы жителей» и напомнил, что аким прежде всего – государственный служащий, «непосредственно взаимодействующий с обществом», инициатива и победа на выборах – только начало работы, и в дальнейшем избранному акиму нужно активно работать над улучшением жизни людей, реагировать на обращения.

Президент РК призвал усилить ответственность сельских акимов: для акимов, которые не выполняют своих обещаний или игнорируют обращения граждан необходимо предусмотреть механизмы прекращения полномочий. При этом учет и обработка обращений граждан были транспарентны, системны, оперативны, а это напрямую связано с комплаенс-контролем. Таким образом, говоря о взаимосвязи «Слышащего государства» и комплаенс-контроля надо отметить, что эти концепции взаимодополняемы. Так, прозрачность комплаенс-отчетов укрепляет доверие к «слышащему государству», а учет мнений граждан через диалоговые платформы снижает социальную напряженность, минимизируя правовые нарушения.

**Нажия КАЛИШЕВА,
д.ю.н., доцент кафедры
теории государства и права,
конституционного
и административного права
юридического факультета
КазНУ им. аль-Фараби**



АКТУАЛЬНО

ВЫЙТИ НА НОВЫЙ УРОВЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

Географические ориентиры и сегодня ежедневно напоминающие жителям о доминирующей некогда идеологии, о едином «советском народе» и о верховенстве имперского над национальным.

Увековечивая такие смыслы, идеологическая система той эпохи целенаправленно стирала уникальное культурное и историческое лицо казахского народа, подменяя его героев и ценности на общесоветские. Хотя сами постсоветские республики постепенно избавляются от этого наследия.

С обратением независимости перед республиками встал грандиозная задача построения суверенного государства, фундаментом которого является не только экономика и границы, но и система ценностей, имена героев, выраженные в публичном пространстве. Процесс десоветизации топонимики коснулся всех этих государств как акт восстановления исторической справедливости и суворенитета собственной истории.

Да, речь идет не просто о смене вывесок. Нам уже не все равно, чье имя будет ежедневно на устах у людей: имя идеолога государства, которое принесло народу голод, репрессии и потерю национальной элиты или имя великих казахских батыров, поэтов и просветителей, как носителей мудрости, языка и культуры нации. Это необходимый выбор, который позволяет сместить фокус на собственное, глубинное культурное наследие.

Можно понять, что страсти кипят именно потому, что этот процесс затрагивает личные воспоминания разных групп населения. Для старшего поколения они, возможно, ассоциируются с личными историями. Поэтому они видят в переименовании обесценение их прошлой биографии. Но мы не можем жить только эмоциями о бытом, хранить в угоду уже чуждые символы, подавлявшие язык и традиции коренной нации, для которой возвращение истории видится в новых названиях – в честь батыров, биев, ученых и деятелей «Алаш».

Поэтому споры о переименовании – это не из разряда бытовых споров. Это яркое и эмоциональное проявление общенационального диалога о прошлом и будущем, поиска того, какую историю и наследие мы хотим рассказывать своим детям на улицах наших городов, переварив и избавившись от сложного исторического пути, на котором переплелись трагедия и героизм, чужое и свое.

Государствообразующая нация имеет на это право. Без оглядок и страха, сделав процесс национального самоопределения живым и активным. Это поднимет дух народа, который должен крепнуть не только в кабинетах историков и политиков, но и в сердцах простых людей. И свое веское слово в этом должны сказать наши национальные и культурные деятели, ученые,



Фото: Caravan.kz

которые хорошо знают, что Казахстан возник не благодаря советской власти. И это хранят старинные карты, которые есть на руках у историков, в мировых музеях. Без политических игрищ и спекуляций, без истерии, показной застенчивости и «толерантности», надо найти единственно верный путь, осмыслив прошлое, уверенно шагать в будущее, где народные герои и символы будут праву увековечены в названиях улиц и городов.

Это будет честно и справедливо, как дань исторической правды перед народом, который имеет право голоса, не как этнос или диаспора, а как титульная нация.

Об этом говорят в социальных сетях все те, для кого Казахстан – единственная земля, которая зовется Родиной. Они предлагают без излишних суеты дать право переименования ономастическим комиссиям и маслихатам, депутаты которых и являются представителями народа. Вот фрагменты высказываний: Galym Baituk: «...город построили советские», «моя мама строила, мой папа строил», «не время сейчас переименовывать», и, конечно: «от этого экономика не улучшится». Это все старая, затертая риторика, рассчитанная на эмоции, не на логику. Она всегда про одно – обесценить все казахское, замаскировав это под «заботу о дорогах и зарплатах». Это – клише, которым манипулируют те, кто не хочет видеть развитие страны в широкой перспективе. Переименования это про культуру и уважение. Про то, что Казахстан – это Независимое государство, а не филиал советской ностальгии. И самое главное – если вам предлагают ложный вы-

бор «или улицы, или дороги», – значит, вами пытаются манипулировать».

Переименование улиц – это право суверенного государства! Точка! Ни один уважающий себя народ не должен объясняться за то, что хочет вернуть собственные топонимы. Финны переименовали, прибалты переименовали, украинцы массово переименовали, грузины, поляки – все. Почему только у нас должна быть «сосбая осторожность»? Дамеля Койшина: «Я родилась на улице У. Громовой перекресток с П. Морозова, рядом ул. Вернадского, Шевченко, Первомайская, Коммунистическая и так везде. Все вы верно говорите, сколько своих достойных людей... на названия сел, пгт Лавровка, Ивановка, Павловка, кто они эти люди? И ведь до сих пор так и осталось».

Жанна Ильчева: «Северные индустриальные города давно живут на старой советской риторике, когда символы прошлого используются не как память, а как инструмент превосходства. Ноцепляться за эти названия, родившиеся уже после распада СССР, это не про историю. Это про нежелание принять, что жизнь меняется, и что прошлое больше не может быть аргументом. Самое примечательное, как драматично эти названия защищают. Будто речь идет о собственной биографии, о прожитых годах, о личных заслугах. Хотя все эти даты давно перешли из жизни в учебники. Это не семейная память, это привычка при каждом удобном случае прикрываться СССР, чтобы не принимать любые изменения. Переименование улиц – нормальный процесс для любой

страны. А вот тон «мы решали за вас тогда, мы будем решать и сейчас» – это как раз то, от чего давно пора отходить. Отходить от этой риторики, от поведения, от попыток диктовать настоящее ссылками на эпоху, которой уже нет. Самый лучший способ решения проблемы – принять закон о декоммунизации и десоветизацию... зачем нам коммунистические и совковые идеалы... тем более мертвый, не существующий страны? Их переименовали, никого не спросил, и не устраивая балаган с общественными слушаниями.

Jauhar Tleugazina Toktarova: «Или Казахстан должен вечно ходить с советскими бирками, чтобы кто-то не обиделся?». Галым Агелеуов: «Когда в независимом Казахстане нет идеологии, гражданского строительства нации, нормального изучения историко-культурного краеведения, нет актуализации ценностей и их оформления в названия городов, исторических мест, улиц, то так и будут продолжаться проспекты с уходящим символом коррупции. Тут конфликт цивилизационный, историко-культурологический, переходящий в этнический. Пусть будет обсуждение проблем, людям на всех уровнях надо научиться договариваться и находить консенсус в пользу городов и других населенных пунктов».

Герихан Яндиев: «Не вижу никаких оснований, причин для споров по переименованию. О чем спорить? Есть независимый Казахстан и связанные с этим фактом наименования».

Можно согласиться с авторами мнений: чтобы поставить точку в этом конфликте эпох и цивилизаций нужна политическая воля, понимание, что время уходит, меняются приоритеты, смыслы. Как и другие постсоветские республики, наше государство испытывает потребность сохранить культурный код нации и ответственность перед будущими поколениями. Этот вопрос зрелости и суворенности. Ностальгия, манипулятивные угрозы, что Казахстан может превратиться в Иран или Пакистан – это возврат к рабской памяти, смиренению, менталитету младшего брата. Казахстан – это территория будущего: технологического, культурного и демографического. И он уже давно перестал быть чьей-то окраиной или тенью чужой истории.

Поэтому надо идти вперед, бережно сохранив свои глубокие корни, древнюю и героическую историю, традиции и культурный код, консолидировав нацию, воспитывая духовную и патриотичную молодежь, чтобы обновленными выйти на новый уровень культурно-цивилизационного развития как единая и сплоченная нация.

Акмарал АБДУЛОВА

ПАРЛАМЕНТ

КРИЗИС ДОВЕРИЯ И ФОРМАЛИЗМ

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

Это не просто экономический показатель, а сложная проблема, напрямую влияющая на качество жизни людей, – считает депутат.

Он отметил, что жители сел трята на продукты более половины своих доходов, а их доходы в два раза ниже, чем у городских, поскольку более миллиона человек, получающих минимальную зарплату в размере 85 тысяч тенге, проживают в сельской местности.

Отдельное внимание он обратил на усиление местного самоуправления, повышение ответственности и полномочий сельских акимов.

– Впервые на форуме, организованном партией «AMANAT», Президент дал конкретные указания расширить полномочия акимов, пересмотреть их функции и оставить часть налогов в местных бюджетах. Это не просто предложение, а политическое решение, направленное на повышение эффективности системы управления. Поэтому предоставление сельским акимам соответствующих полномочий – ключевое условие модернизации национальной системы. Эта проблема поднималась жителями сел постоянно и приходит к нам уже многие годы, – подчеркнул депутат.

Касаясь инфраструктуры, Елнур Байсенбаев назвал вопрос незавершенных проектов «бородатой» проблемой, которая, уверен депутат, уже стала системной.

– Государство тратит миллионы, готовит проектно-сметные документации и другие

документы, а потом все это откладывается в долгий ящик, на годы. В итоге бюджетные средства, которых и так сегодня крайне не хватает, а также другие ресурсы, говоря народным языком, просто уходят в песок.

По итогам ВАП сегодня каждый пятый ПСД просрочен, прошел трехлетний срок с его разработки. На каждом втором социальном объекте есть неосвоение денег. Каждый четвертый объект – становится долгостроем.

Картина наглядная. Потом, когда появляются средства, мы уже готовим новые ПСД и опять трята деньги. Все это вызывает спровоцированное недопонимание со стороны общества. Такие истории не раз становились предметом критических публикаций в СМИ. Все это происходит на фоне того, что значительная часть водопроводных сетей, канализационных систем в наших городах и селах держатся просто чудом. Износ электросетей в ряде регионов достигает почти 85 процентов. Ввод крупных объектов КОС в Мангистау, газопроводы в Атырау, водо-

провод в Байконуре задерживается из-за проблем с проектированием, споров с подрядчиками и задержкой финансирования. В результате всего этого мы ежегодно тратим большие бюджеты на латание дыр, а не на развитие, – отметил Елнур Байсенбаев.

Отдельно была затронута сфера перевозок, где, как подчеркнул мажилисмен, национальный оператор КТЖ отдает приоритет транзиту в ущерб отечественным перевозчикам.

– Пятая проблема – кризис в сфере грузовых железнодорожных перевозок. Национальный оператор КТЖ отдает приоритет транзиту в ущерб отечественным перевозчикам. Введение временных запретов Правительством приводит к систематическим задержкам отечественных товаров. Например, вагоны с зерном, отправленные в октябре, до сих пор не достигли стран назначения. Наши производители теряют рынки сбыта, которые тут же захватываются нашими конкурентами, – сказал Елнур Байсенбаев.

Руководитель фракции «AMANAT» акцентировал внимание на критическом увеличении дорожно-транспортных происшествий, напрямую связанных с эксплуатацией правоохранительных автомобилей в коммерческих целях.

– Шестой вопрос – проблема правоохранительных минивэнов. За 10 месяцев 2025 года количество дорожно-транспортных происшествий (ДТП) выросло на 27 процентов. Несмотря на запрет на использование правоохранительных авто для такси нелегальные водители продолжают работу, а агрегаторы не обеспечивают контроля. Праворульные Toyota Alphard и Estima обрели дурную славу. Как вы знаете, за два дня июля текущего года с участием Альфардов были два крупных ДТП в Жамбылской и Алматинской областях, где погибли десять человек и еще четверо пострадали. Необходимо ввести полный и безусловный запрет на использование правоохранительных транспортных средств для любых пассажирских коммерческих и междугородных перевозок, – отметил он.

Самая острая часть выступления была посвящена кризису доверия, вызванному неготовностью Правительства к диалогу.

– Правительство проигнорировало предупреждения Парламента о его рисках, пообещав провести широкую разъяснительную работу. Но ситуация обострилась. И лишь вмешательство Главы государства привело к заморозке части норм. Правительство в очередной раз спряталось за Президента, прикрыв свои ошибки решением Главы государства, – подчеркнул депутат.

Наиболее острой реакцию Парламента вызвали случаи неэтичного поведения и публичных высказываний, допущенных членами исполнительной власти.

– Кроме того, настоящими мемами стали неэтичные и необдуманные высказывания чиновников, демонстрирующие их отрыв от народа. Например, недавно вице-министр торговли посоветовал полагаться на кошелек и желание при обсуждении стоимости новогоднего дастархана, а заместитель акима Алматинской области публично униzel лиц с инвалидностью, оскорбив их честь и достоинство. Также ироничный ответ министра обороны о суицидах в армии переходит все границы элементарной человеческой этики и сознания. Поэтому что граждане сейчас обеспокоены фактом дедовщины и случаев суицида в армии. По этому поводу в нашу партию и к депутатам поступает множество жалоб и обращений. Например, за последние 3,5 года в казахстанской армии зарегистрировано больше 280 случаев смертей. Это тревожный сигнал, – напомнил мажилисмен.

В завершение Елнур Байсенбаев подчеркнул, что концепция Главы государства «Сильный Президент – влиятельный Парламент – подотчетное правительство», к сожалению, слабо поддерживается со стороны исполнительной власти и что «Слышащее государство» – это не просто выслушивание проблемы, а способность предложить конкретное, системное, своевременное и эффективное решение.

Критика со стороны депутатского корпуса прозвучала и в словах спикера палаты Ерлана Кошанова, который отметил в ходе заседания, что ответы Правительства были неубедительными. Между тем в кулуарах Мажилиса депутат Бакытжан Базарбек дал собственную оценку формализму чиновников. Он считает, что отсутствие внятных ответов от членов кабинета министров объясняется не желанием пренебречь Парламентом, а объективной неспособностью решить проблемы, которые накапливались годами.

По мнению депутата, вопросы социальной сферы, коммунальной инфраструктуры, земельные и строительные споры годами оставались без должного внимания, и сегодня этот «снежный ком» проблем выливается в серьезное общественное напряжение, на которое у исполнительной власти нет горючих ответов.

Линара САКТАГАНОВА
г. Астана

ВЕКТОР РАЗВИТИЯ

СТАРТ СТРОИТЕЛЬСТВА НОВОГО ТЕПЛИЧНОГО КОМПЛЕКСА СТОИМОСТЬЮ 137 МИЛЛИОНОВ ДОЛЛАРОВ, РЕАЛИЗУЕМОГО СОВМЕСТНО С ПОЛЬСКОЙ КОМПАНИЕЙ «FABE-AGRO», ДЛЯ АГРАРИЕВ ШЫМКЕНТА СТАЛ ЗНАЧИМЫМ СОБЫТИЕМ, КОТОРЫЙ УКРЕПИТ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ГОРОДА.

СОВМЕСТНЫЙ ПРОЕКТ

Выступая на церемонии закладки капсулы нового тепличного комплекса, аким города Шымкент Г.Сыздыкбеков подчеркнул преимущества проекта.

– В сельском хозяйстве широко применяются технологии экономии воды, это поручение Президента. Мы уверены, что данный проект сыграет большую роль в этом направлении. Поддержка оказывается и будет оказываться, и мы рассчитываем на совместную успешную реализацию проекта, – отметил глава города.

На церемонии закладки капсулы, символизирующей строительство совместного проекта, он выразил признательность руководству польской компании «Fabe-Agro», поделившись планами. Так, после создания необходимой инфраструктуры и запуска комплекса, аграрии планируют выращивать ежегодно до 36 тысяч тонн овощей. Это позволит создать около тысячи новых рабочих мест.

Подробностями проекта поделился руководитель Управления сельского хозяйства и ветеринарии г.Шымкента Т. Мекамбаев:

– На данный момент выращивается около десяти сортов томатов, включая черри. Основная часть – это томаты. После полной реализации проекта планируется выращивание и других культур. В Казахстане всего 1 300 гектаров теплиц, из которых 650 гектаров – компания «Аларка», а 144 гектара – проект «Fabe-Agro». Это значительная доля, которая позволит как закрыть потребности города, так и экспортовать продукцию, – отметил он.

Таким образом, современные теплицы позволят увеличить объем и качество продукции, что снизит колебания цен на рынке и обеспечит жителей города свежими натуральными овощами круглый год.

Высокие технологии, международная кооперация и стратегическая продовольственная безопасность станут крепким фундаментом новой аграрной реальности для всего юга Казахстана, превратив Шымкент в ключевой центр агроновиноваций и притяжения иностранных инвестиций. Фактически южный мегаполис становится центром «тепличного кластера» международного значения, где сосредоточена уже значительная часть крупнейших тепличных хозяйств страны.

ЛИКВИДАЦИЯ

2. Наше Юридическое агентство – защита клиента в любой ситуации:
 • Оформление любых лицензий по Казахстану
 • Поможем избавиться от ТОО с налоговыми уведомлениями, любыми налогами или судами/арестами, за несколько дней
 • Освобождение арестованного имущества фирмы
 • Защита руководителей от запрета на выезд, и субсидиарной ответственности за долги компаний.
 Проблемы УНК валютные контракты, штрафы НацБанка.
 Не теряйте время – действуйте сейчас. Опыт 13 лет по РК.
 ☎ Андрей Юрьевич
 WhatsApp: 8 707 155 7578 пишите нам.

3. ТОО «Snow Mountain City», БИН 240840024996, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, проспект Гагарина, дом 124, кв. 2.

4. ТОО «ИРБИС КомплектПоставка», БИН 170340025534, объявляет о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, ул. Казыбека, дом 12B.

5. ТОО «ЭПОХА 2020», БИН 200140016338, объявляет о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, ул. Казыбека, дом 12B.

7. Товарищество с ограниченной ответственностью «Аядар», БИН 220940024311, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации по адресу: РК, г. Астана, район Алматы, проспект Абылай Хана, дом 5A, кв. 4.

8. ТОО «Mukhammed and K», БИН 230740038079, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, ул. Абая, 151, 1111 офис.

9. ТОО «ПетроСкай», БИН 230440023486, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, проспект Аль-Фарааби, дом 77, корпус 1, кв. 4.

10. ТОО «Clear sky» БИН 070540005843, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, ул. Жарокова, дом 284/1, кв. 14.

11. ТОО «YOUR CHOICE», БИН 230540019709, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, ул. Карапас батыра, дом 193, боф 21.

12. ТОО «Бакустар», БИН 090240001090, сообщает о ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, Алматинский район, ул. Бруслиловского, дом 159, кв. 222, тел. 8 778 387 63 66.

13. ТОО «GRATUS TRAVEL SERVICE», БИН 221040017953, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, Алматинский район, ул. Желтоксан, дом 118, тел. +7 727 296 93 93.

14. Товарищество с ограниченной ответственностью «АИ компания», БИН 221240029479, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации по адресу: РК, г. Алматы, Наурызбайский район, мкр. Шурыла, ул. Жуала, дом 19, корпус 42, кв. 42, индекс 050000.

15. ТОО «СМК «Монолит», БИН 130140020419, объявляет о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Степногорск, 7 мкр., дом 7A.

16. ТОО «УСПЛЕХ РК», БИН 230740032654, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, ул. Междуродная, дом 73, кв. 3, тел. +7 707 418 28 79, +7 705 951 56 43.

17. Товарищество с ограниченной ответственностью «iS Agency», БИН 070440014928, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: 050063, РК, Алматинская область, г. Алматы, мкр. Жетысус, 2, дом 59, тел. +7 (701) 722-99-55.

18. ТОО «TAU SANA LTD», БИН 061040006765, местонахождение: РК, г. Алматы, мкр. Улжан-1, ул. Жалайри, 161, объявляет о своей ликвидации. Кредиторам и иным заинтересованным лицам необходимо предъявить свои требования в течение 2-х месяцев с даты публикации настоящего объявления по номеру +7 701 951 69 77.

19. ТОО «Мехрок 777», БИН 240140015159, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, Ауэзовский район, мкр. 4, дом 28, индекс 050000.

20. ОСИ «Аксай-За-46», БИН 210540020917, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Алматы, мкр. Аксай-3A, дом 46, кв. 1.

21. ОСИ «Аксай За - 44», БИН 210840024811, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Алматы, мкр. Аксай-3A, дом 44, кв. 15.

22. ОСИ «Аксай 3-34», БИН 210740031048, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Алматы, мкр. Аксай-3, дом 34, кв. 15.

23. ОСИ «Аксай За-49», БИН 220340028025, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Алматы, мкр. Аксай-3A, дом 49, кв. 18.

24. ОСИ «Аксай За-43», БИН 210640014014, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Алматы, мкр. Аксай-3A, дом 43, кв. 11.

25. ОСИ «Аксай-2-9а», БИН 220140014474, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Алматы, мкр. Аксай-2, дом 9A, офис 14.

26. ОСИ «Аксай За-39», БИН 210940022303, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Алматы, мкр. Аксай-3A, дом 39, кв. 25.

27. ОСИ «Аксай-36-16», БИН 210540022150, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Алматы, мкр. Аксай-3B, дом 16, офис 8.

28. ТОО «Фирма «Карат», БИН 941140001188, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Алматы, проспект Райымбек, дом 348/1, корпус 8, кв. 229.

31. Организация ТОО «ММ Групп», БИН 180240040398, Юр. адрес: г. Алматы, ул. Байзакова, 230, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, ул. Байзакова, 230, тел. +7 777 666 61 11.

32. ТОО «Grotta Invest», БИН 170740013248, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются по адресу: г. Алматы, мкр. Орбита-4, дом 6, тел. 8 701 779 85 50.

33. ТОО «БЕТАР АЗИЯ трейд», БИН 150140018868, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации по адресу: РК, Павлодарская область, г. Экибастуз, ул. Абая, 129, индекс 141200.

34. ТОО «ESP проект», БИН 180340013720, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации по адресу: РК, Павлодарская область, г. Экибастуз, ул. Абая, 129, индекс 141200.

35. ТОО «АБК ГРУП», БИН 150240005740, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, Жамбылская область, г. Тараз, мкр. Алатау, дом 2, 75, индекс 080000, тел. 8 700 088 47 00.

36. СПК «Барыс», БИН 060840021705, (Алматинская область, Райымбекский район, село Кеген, ул. Толебаев, дом 10) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, ул. Байзакова, 230, тел. +7 777 267 08 63.

42. ТОО «Kergen Media Kazakhstan» (БИН 180640015242) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Астана, р-он Нұра, ул. Е 489, д. 6, кв. 102.

43. ТОО «Megaboard» (БИН 110140017238) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Астана, р-он Нұра, Шоссе Коргалжын, д. 15/1, кв. 378.

44. ТОО «Kergen Media Astana» (БИН 110640019887) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Астана, р-он Нұра, ул. Е 489, д. 6, кв. 78.

45. ТОО «Kergen Media Group» (БИН 180240003442) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Астана, р-он Нұра, ул. Сыганак, д. 17Н, кв. 10.

46. ТОО «Kergen Media Astana» (БИН 180640015282) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Астана, р-он Нұра, Шоссе Коргалжын, д. 15/1, кв. 387.

47. ТОО «KM ADVERTISING» (БИН 240940017451) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Астана, р-он Сарыарка, ул. Бейбарис сұлтан, зд. 27, кв. 243.

48. ТОО «Kergen Media NUR» (БИН 190540027472) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Астана, р-он Нұра, ул. Күтегін, д. 15, кв. 232.

49. ТОО «СЕМЕЙ МАЙЫ» (БИН 240840003011) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, обл. Абай, г. Семей, ул. Сосновая Красный Кордон, д. 30.

50. ТОО «Логистик Астана1» (БИН 201040010060) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Астана, р-он Сарыарка, ул. 8 марта, д. 30.

53. ТОО «Азбука Ремонта Алматы» (БИН 160640012581) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Алматы, Жетысуский р-он, мкр. Кокжин, д. 58, 32.

54. Представительство «Дени энд Хеми» — Алматы, Казахстан (БИН 150342022071) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Астана, район Алматы, проспект Абылай Хана, дом 124, кв. 2.

55. ТОО «Zholt transit company» (БИН 220140014870) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Алматы, Турксибский р-он, мкр. Жас канат, д. 1/73, кв. 2.

56. ТОО «Аманжол Фудс» (БИН 200840002130) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, ЗКО, г. Уральск, ул. Манисук Маметовой, д. 111, кв. 50.

57. ТОО «Жалын Қорғау» (БИН 110640006101) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, ЗКО, г. Уральск, ул. А.Уразбаевой, д. 2/3, кв. 28.

58. ТОО «Jasmin GOLD» (БИН 130240027311) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, ЗКО, г. Уральск, ул. Манисук Маметовой, д. 111, кв. 50.

59. ТОО «KazOriginTrade» (БИН 160840010502) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Алматы, Турксибский р-он, мкр. Жас канат, д. 1/73, кв. 2.

60. ТОО «ESM» (БИН 240840008032) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Алматы, Боршанбай батыра, д. 118/128, оф. 3.

81. ТОО «Мини-центр «Бэмби-М», БИН 190140010641 (РК, Алматинская обл., Карабаскый р-н, Умтылский с.о., с.Алмалыбек, ул.Бабас, дом 5), сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, обл. Жетісу, г. Таңдыкорган, ул. Казахстанская, д. 93.

82. ТОО «HealthLab», БИН 231040018527 (г.Алматы, 050008, Алматинский р-н, пр.Абая, дом 109/6, корпус 2), сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, обл. Жетісу, г. Таңдыкорган, ул.Казахстанская, д. 93.

83. ТОО «Dany KZ», БИН 170740014385, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, 160000, г.Шымкент, Абайский р-н, мкр.Казыгүлт, ул.Айманова, д. 13.

84. ТОО «Radugut Krasok», БИН 030540008692, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г.Алматы, ул.Манисук Маметовой, д. 207.

85. ТОО «Dani KZ», БИН 170740014385, сообщает

203. Общественное объединение «Спортивный клуб Irtysh 2022», БИН 220340010489, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня опубликования объявления по адресу: Республика Казахстан, Павлодарская область, город Павлодар, ул. Айманова, дом 21, квартира 40.

204. ТОО «SUNSHINE KZ», БИН 230240000935, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня опубликования объявления по адресу: Республика Казахстан, Павлодарская область, город Павлодар, улица Академика Чокина, дом 87/1, кв. 8.

205. ТОО «ПРОДАЛЬЯНС», БИН 201240002750, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня опубликования объявления по адресу: Республика Казахстан, Павлодарская область, город Павлодар, улица Естая, строение 152.

206. ТОО «ПАРТНЕР-KZ14», БИН 240740009116, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня опубликования объявления по адресу: Республика Казахстан, Павлодарская область, город Павлодар, улица Калымкан Исабай, дом 63, кв. 26.

207. ТОО «БУРАБАЙ - ТРЕЙД», БИН 071040012355, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня опубликования объявления по адресу: Республика Казахстан, Павлодарская область, город Павлодар, улица Майры, дом 3, оф. 57.

208. ТОО «БТБ и Ко» БИН 210640009028 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня опубликования объявления по адресу: Республика Казахстан, г.Шымкент, Абайский район, микрорайон Самал-1, дом 50, почтовый индекс 160000.

210. ТОО «KARAGANDY-GARGO» БИН 100740003109 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Караганда, район имени Казыбек би, улица Штурманская, дом 12, офис 2.

211. ТОО «SMART LOGISTICS» БИН 110640014698 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Караганда, район имени Казыбек би, улица Ержанова, дом 42, квартира 19.

212. ТОО «КЕДЕНБРОКЦЕНТР» БИН 110940013998 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Караганда, район имени Казыбек би, улица Ержанова, дом 42, квартира 19.

213. ТОО «НьюВей» БИН 220640018801 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Караганда, район имени Казыбек би, улица Терешковой, здание 1В.

215. ТОО «СВЯЗЬ-СЕРВИС» (БИН 990640007746) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, ВКО, г. Усть-Каменогорск, набережная имени Е.П. Славского, 46-7

216. ТОО «Ве Дом Софтвар» (БИН 221140045492) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, ВКО, г. Астана, район Есиль, ул. Илия Омаров, 23/1-177

217. ТОО «ТАСКУРЛЫС» (БИН 190420032666) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, ВКО, г. Астана, район Есиль, ул. Шымкент, 18. Тел.: 8 705 621 0186.

218. ТОО «Свое Жильё» (БИН 231040026394) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, ВКО, г. Усть-Каменогорск, пр. Казыбек Би, 7/1-42

219. ТОО «Фаба 2021» (БИН 210440016975) сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, ВКО, Уланский район, Енгисейский с/о, ул. Уланское, ул. Алинова, 22-2

222. ТОО «ПАРТНЕР KST» БИН 190940033639 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2 месяцев со дня публикации объявления по адресу: Костанайская область, г. Костанай, ул. Карабыева, здание 18А.

223. Частное учреждение «Агтап» БИН 180340011902 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2 месяцев со дня публикации объявления по адресу: Костанайская область, Костанайский р-н, с. Заречное, Целинная, 25.

224. ТОО «Deko плюс» БИН 080140002985 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2 месяцев со дня публикации объявления по адресу: Костанайская область, г. Лисаковск, 1, микрорайон, дом 19 «А».

225. ТОО «ММК Втормет» БИН 190340024470 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2 месяцев со дня публикации объявления по адресу: 010000, город Астана, район Сарыарка, улица Бейбителишик, дом 43, офис 303.

226. ТОО «Мебельный салон КЛЕОПАТРА» БИН 210140038271 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: Костанайская область, г. Костанай, ул. Ленинградская, 60.

227. ТОО «МД-Дент smile» БИН 241140035929 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2 месяцев со дня публикации объявления по адресу: г.Петропавловск, проспект Московский, 1а.

231. ТОО «Sales Partners», БИН 191040027191, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, Ауэзовский р-н, мкр. Баян-Аул, д. 57А. Тел. +77070144145

232. ТОО «Liber Glass (Либер Гласс)», БИН 100440004582, сообщает о ликвидации. Претензии принимаются в течение 2х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, мкр. Шапагат, ул. Шоссейная, 76/77.

233. ТОО «НАК-7», БИН 240140026550, сообщает о ликвидации. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, пр. Даулетбек, 1, дом 139, кв. 40, тел.: +7 707 528 93 55.

234. ТОО «NARA BrainTechnology», БИН 230540018116, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня публикации объявления по телефону +7 776 087 1091

235. ТОО «Озим скайтер», БИН 181140034580, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: 050000, РК, г. Алматы, улица Маунданова, дом 85, тел.: +7 701 052 5915.

236. ТОО «Строй групп-2022» БИН 220240005092 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, Акмолинская область, Буландинский район, город Макинск, улица Правды, д. 1.

237. Товарищество с ограниченной ответственностью «Эстрадная студия Новое поколение» БИН 010340005181 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Кокшетау, ул. Жамбыла Жабава д. 81. тел.: +7-701-552-96-02.

238. ТОО «City Format» БИН 071240016305 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: 110000, Республика Казахстан, Костанай, проспект Аль-Фараби, д.19, офис 5 тел.: +7 771 058 5545.

239. ТОО «Center Premium» БИН 130740000497 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: юр. Алматы, пр. Абая, дом 68/74, факт. Алматы, ул. Розыбакиева, дом 180, кв. 8 тел.: 8 747 127 47 57.

240. ТОО «Мирихан» БИН 091040018853 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: 020400, Акмолинская область, Атбасарский район, г.Атбасар, ул. Железнодорожная, д. 8, кв. 59. Телефон: 8(771)20-20.

241. ТОО «PrimeCity» БИН 230840041161 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г.Астана, ул. Казыбек би 5А, офис 417, тел.: +7(701)758-72-03.

242. ТОО «HARVESTAGROTRADE», БИН 240840025022, сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, Костанайская область, Алтынсаринский район, село Сылантьевка, улица Ленина д. 10. Тел.: 87073654333.

243. ТОО «СЕРТ KZ» БИН 121140001721, адрес: РК, город Астана, район Есиль, ул. Сарайлык, д. 5, сообщает о закрытии. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления.

244. ТОО «Kosta&Rus» БИН 210440029114 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, Медеуский район, ул. Саратовская, д. 22, тел.: +7 708 632 0293.

245. ТОО «Datapieces.net (Дейтапиес.нет)», БИН 230240044967 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: город Алматы, район Ауэзовский, микрорайон Таутыль-1, дом № 33 квартира №10 тел.: +7 705 898 5119.

246. ТОО «ВИСТА СЕРВИС» БИН 061240005070 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г. Алматы, ул. Досмухamedова, д. 11A/78A. Тел.: +77479513071.

247. ТОО «Практика 17» БИН 171140012260 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: 110000, г.Костанай, ул. Карбышева, д. 34. Тел.: 87755202190.

248. ТОО «Сервисная Казахстанская геофизическая компания» БИН 080240015019 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: 110000, г.Костанай, ул. Тәүелсіздік, 83-202. Тел.: 87755202190.

249. ТОО «АЛТАЙ ОРДА 2018» БИН 180140023136 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: Павлодарская область, г.Экибастуз, улица Мәшүүр Жүсіп, дом 61, кв. 66. Тел.: +7 702 538 43 35.

250. ТОО «GadgetsDanqul» БИН 250240028661 обязывает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2 месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, Алматы, Алатауский район, ул. Манас.

251. ТОО «Resurs_Alma_Ata» БИН 220340040123 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: Алматинская область, Енбекшиказахский район, село Оркіті, улица Жетысу, дом 17Б. Тел.: +7 747 543 9837.

252. ТОО «Бараат-Казына» БИН 150940016494 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, Западно-Казахстанская область, г. Уральск, микрорайон Жұлдызы, улица 15, дом 2/2. Тел.: 87778602757.

253. ТОО «RTA-Investment» БИН 050540001381 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: город Астана, район Есиль, проспект Турран, дом №14/1, кв. 158, почтовый индекс 010000. Телефон +77015480318.

254. ТОО «OMG Trend» БИН 180240037259 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: Алматинская область, Енбекшиказахский район, село Абай, улица Аманжол, дом 167, тел. +7(747)964-41-83.

255. ТОО «ДИЭНЭЙ КОНСАЛТ» БИН 240440016960 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: 050000, Алматинская область, Енбекшиказахский район, город Астана, район Есиль, улица Аманжол, дом 167, тел.: 87472098537.

256. ТОО «Искра», БИН 940440001841 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, 050000, Алматинская область, Енбекшиказахский район, город Астана, район Есиль, улица Аманжол, дом 167, тел.: 8705621 0186.

258. ТОО «Григо» БИН 980940040671 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Шымкент, мкр. Сайрам, ул. Ибрагим-Ата би, телефон 87015767998

257. ТОО «ВОРП01» БИН 941221450895 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г.Астана, ул. Шаймерден Кошыгулы, 18. Тел.: 8 705 621 0186.

258. ТОО «Гринго» БИН 980940040671 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Шымкент, мкр. Сайрам, ул. Ибрагим-Ата би, телефон 87015767998

260. ТОО «Береке Трансом», БИН 210340002995 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г.Астана, ул.Жубанова, дом 8, офис 64. Тел.: 8 701 882 04 44.

261. ТОО «ZTZ Market», БИН 170940029995 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: г.Астана, ул. Шаймерден Кошыгулы, 18. Тел.: 8 702 242 3101.

262. ТОО «PLAYBOX», БИН 230340021862 сообщает о своей ликвидации. Претензии принимаются в течение 2-х месяцев со дня публикации объявления по адресу: РК, г. Караганда, район им.Казыбек би, Микрорайон Орбита-1, дом 17/2, тел.: 8-707-632-98-84.

106. Открылось наследство после смерти: Рыжков Сергей Васильевич, дата смерти: 15 октября 2025 г. Наследникам обращаться к нотариусу Аббалаевой Ш.О. по адресу: г. Алматы, ул. Сатпаева, дом 79, офис 56. Тел. 8 701 721 93 44.

135. Открылось наследственное дело после смерти Жигловой Галины Ильиничны, 01.10.1946 г.р., умершей 04 июня 2025 года. Наследникам обратиться к нотариусу Дабысовой Г.К. по адр.: РК, г. Алматы, пр. Гагарина (Е.Серкебаев), 245, ЖК «4Ю», угол Ходжанова. Тел: 8 (727) 328-18-85; 8-775-245-34-24.

136. Открылось наследственное дело после смерти Струнковского Петра Александровича, 22.07.1949 г.р., умершего 21 июля 2025 года. Наследникам обратиться к нотариусу Бекиниевой Г.М. по адр.: РК, обл. Абай, г. Семей, 408 квартал, д. 20, н.п.84. Тел: 8-707-330-60-27; р. 42-02-98.

137. Открылось наследственное дело после смерти Горобченко Антонины Григорьевны, 04.08.1939 г.р., умершей 06 июня 2025 года. Наследникам обратиться к нотариусу Жеусканову И.Т. по адр.: РК, г. Костанай, пр. Аль-Фарауд, д. 74, оф. 11а. Тел: +7-707-363-0191.

156. Открылось наследственное дело после смерти Соседенко Анны Федоровны, умершей 01 мая 1997 года. Наследникам обращаться к нотариусу Ким Алине Александровне, по адресу: г. Алматы, ул. Кунаева, 135, офис 102, тел. +7 701 288 88 08.

157. Нотариус города Алматы Жарасбаева Альмира Маулетхановна сообщает об открытии наследственного дела после смерти гр. Скоринной Татьяны Алексеевны, умершей тридцатого ноября две тысячи двадцать первого года, проживала по адресу: г. Алматы, мкр. Таусамалы, ул. Рыскулова, дом 158А. Просим всех наследников обращаться по телефону: 8 705 444 16 78. Адрес нотариуса: г. Алматы, мкр. Нуркент, дом 5/24, офис 10/1.

158. Нотариус города Алматы Жарасбаева Альмира Маулетхановна сообщает об открытии наследственного дела после смерти гр. Скоринной Сергея Владимировича, умершего тридцатого ноября две тысячи двадцать пятого года, проживал по адресу: г. Алматы, мкр. Таусамалы, ул. Рыскулова, дом 158А. Просим всех наследников обращаться по телефону: 8 705 444 16 78. Адрес нотариуса: г. Алматы, мкр. Нуркент, дом 5/24, офис 10/1.

159. Открыто дело после смерти Урумбаевой Асии Оспановны, умершей 18.07.2025 года, наследников просим обратиться к нотариусу Аладыматровой А.А., Илийский район, село Отеген батыр, ул. Титов, 16А, здание Казпочты, 2 этаж.

160. В связи с открытием наследственных дел после смерти нижеследующих граждан:

1. Яковлевой Надежды Петровны, 31.08.1954 г.р., умершей 02 июля 2025 года,

2. Федотовой Надежды Ивановны, 06.02.1951 г.р., умершей 23 октября 2025 года,

3. Урикаева Ержана Койшбековича, 02.07.1985 г.р., умершего 13 ноября 2025 года,

4. Курманова Садубая Лавакбаевича, 16.05.1966 г.р., умершего 14 октября 2025 года,

5. Щурова Виктора Викторовича, 14.04.1950 г.р., умершего 24 февраля 2025 года.

Прошу наследников обратиться к нотариусу Абылқасымовой Г.О., по адресу: Алматинская область, Илийский район, поселок Боралдай, мкр. Водник-1, дом 36, н.п. 11, тел. 8-707-137-87-75.

161. 14 июля 2025 года открылось наследство после смерти гр. Адилова Жексенбека Макеевича, 25.11.1949 г.р., место рождения - г. Алматы, ИИН 491125000171, проживающего по адресу: г. Алматы, Алмалинский район, ул. Чайковского, дом 149, кв. 16. Наследникам следует обратиться к нотариусу г. Алматы Каленовой А.Д., по адресу: г. Алматы, Алмалинский район, ул. Желтоксан, дом №162.

166. Открылось наследство после смерти: Мансурова Махинур Турсыновна, дата смерти: 04.06.2025 года. Наследникам обращаться к нотариусу Бекжановой А.К. по адресу: г. Алматы, пр. Абая, дом 21, кв.28. Тел. 8 701 722 61 73.

167. Открылось наследство после смерти Хван Полины Федоровны, умершей 23 ноября 2025 года. Наследникам обращаться к нотариусу Сизимханову Рахиму Жану Мухтаровичу по адресу: г. Алматы, ул. Навои, дом 39, блок 17, н.п.701. Тел. 8 747 875 57 33.

168. Открылось наследство после смерти: Садыров Умурали Муталович, дата смерти: 22 июня 2025 г. Наследникам обращаться к нотариусу Аббалаевой Ш.О. по адресу: г. Алматы, ул. Сатпаева, дом 79, офис 56. Тел. 8 701 721 93 44.

169. Открылось наследство после смерти Мухамбетова Толеубека Ибадульевича, умершего 29 октября 2025 г. Наследникам обращаться к нотариусу Ондасыновой Д.Е. по адресу: г. Алматы, Медеуский р-н, БЦ «Партнер», ул. МАКАТАЕВА, 47, этаж 3, офис 308/1. Тел. 8 707 766 95 07.

170. Открылось наследство после смерти Исмаилхановой Сагиды, умершей 14 июля 2025 года. Наследникам обращаться к нотариусу Тұртаевой М.А. по адресу: г. Алматы, ул. Сатпаева, дом 79, офис 56. Тел. 8 701 721 93 44.

172. Открылось наследство после смерти: Рыжекина Валентина Федоровна, дата смерти: 03 ноября 2025 г. Наследникам обращаться к нотариусу Аббалаевой Ш.О. по адресу: г. Алматы, ул. Сатпаева, дом 79, офис 56. Тел. 8 701 721 93 44.

173. Открылось наследство после смерти Вальгер Ирины Игоревны, умершей 05 июня 2025 г. Наследникам обращаться к нотариусу Архипову С.Г. по адресу: г. Алматы, Алатырский р-н, ул. Монтажная, дом 29. Тел. 8 708 811 23 15.

174. Открылось наследство после смерти Карабалиной Лейлы Бактыгереевны, умершей 19.08.2025 г. Наследникам обращаться к нотариусу Сулеймановой Т.А. по адресу: г. Алматы, ул. Толе би, 101, н.п. 1. Тел. 8 702 888 98 76.

175. Открылось наследство после смерти: Сумин Игорь Геннадьевич, дата смерти: 12 ноября 2025 г. Наследникам обращаться к нотариусу Абдрашитову Э.Х. по адресу: г. Алматы, Алатырский р-н, мкр. «Нуркент», дом 5/17. Тел. 8 700 710 70 15.

179. Открылось наследство после смерти: Муханов Жиенбай, дата смерти: 29 июня 2025 г. Наследникам обращаться к нотариусу Макимову А.Г. по адресу: г. Алматы, Алатырский р-н, мкр.«Нуркент», дом 5/17. Тел. 8 700 710 70 15.

180. Открылось наследство после смерти: Ящук Елена Александровна, дата смерти: 17 ноября 2025 г. Наследникам обращаться к нотариусу Агакишиевой А.Ж. по адресу: г. Алматы, пр. Абая, дом 127. Тел. 8 701 188 77 07.

181. Открылось наследство после смерти: Козлова Зоя Петровна, дата смерти: 09 декабря 2021 г. Наследникам обращаться к нотариусу Мазиновой А.Х. по адресу: г. Алматы, мкр. Айнабулақ-1, дом 2, кв. 22. Тел. 8 777 216 71 49.

214. После смерти гр. Цуглановой Гульнары Амантаевны, 15.06.1964 года рождения, умершей 09.06.2025 года, заведено наследственное дело у нотариуса Зульяровой Г.А. Наследникам обращаться по адресу: г. Алматы, ул. Сатпаева, дом 183, офис 30. Тел. 8 778 445 17 77.

294. Открылось наследство после смерти гражданинки Бутариной-Гаршиной Светланы Анатольевны, умершей «21» июня 2025 года. Наследникам обращаться к нотариусу г. Алматы - Гейер О.В., по адресу: г. Алматы, Ауэзовский район, мкр. Мамыр 3, дом 17/1, офис 102. Тел.: 87772710110.

295. В связи со смертью гр. Кузембековой Кулгадышы Мукашевны, умершей 29 июня 2025 года, всем заинтересованным лицам необходимо явиться к нотариусу Салепковой Галии Шекербековне по адресу: Алматинская область, Илийский район, село Отеген батыр, ул. З.Батталханова, дом №9, н.п.6.

296. Открылось наследственное дело после смерти Байжұма Күлән, умершей 30.11.2025 г. Наследникам и заинтересованным лицам обращаться к нотариусу Касымовой М.М., по адресу: Алматинская обл., Енбекшиказ. р-н., г. Есик, ул. М.Ысқак, 76. Тел. 8777 025 1555.

297. Открылось наследственное дело после смерти Нурузовой Курванби, умершей 04.10.2025 г. и Нурузова Сайдуллы Абдуллаевича, умершего 14.09.2019. Наследникам и заинтересованным лицам обращаться к нотариусу Касымовой М.М. по адресу: Алматинская обл., Енбекшиказ. р-н., г. Есик, ул. М.Ысқак, 76. Тел. 8777 025 1555.

298. Открылось наследственное дело после смерти Товстонос Татьяны Владимировны, умершей 28.07.2025 г. Наследникам и заинтересованным лицам обращаться к нотариусу Касымовой М.М. по адресу: Алматинская обл., Енбекшиказ. р-н., г. Есик, ул. М.Ысқак, 76. Тел. 8777 025 1555.

299. Открылось наследственное дело после смерти гр. Юсупова Калир Рашитовича, 13.11.1959 года рождения, умершего 15 июня 2025 года, наследникам и заинтересованным лицам обращаться к нотариусу Палмановой Ардак Турсыновне, адрес: г. Алматы, ул. Майлина-77, моб. 8 701 646 36 86.

300. Открылось наследственное дело после смерти Лемеховой Тамары Ивановны 04.02.1941 г.р., м.р. Алматы, умершей 02 июня 2025 года. Наследникам обращаться к нотариусу Палмановой Бибан Мади-Алишеркызы, по адресу: г. Алматы, ул. Майлина-77, моб. 8 701 646 36 86.

301. После смерти Бименова Есенгали Оязовича, умершего 28.06.2025 года. Открыто наследственное дело. Всем заинтересованным лицам обращаться к нотариусу Есенгали Е.Ф., ул. Аль-Фарауд, д. 74, оф. 11а. Тел: +7-707-317-06-32, 87770752473.

302. Открылось наследственное дело после смерти гр. Полежаевой Надежды Вильевны, умершей 18 июня 2025 года, (дата рождения 28 сентября 1949 года). Наследникам для принятия наследства обращаться к нотариусу г. Алматы Бекбайровой Ф.З. по адресу: г. Алматы, мкр. Жетысу-2, дом 69B, офис 1.

303. После смерти гр. Дуримбетовой Алтын Шамсединовны, умершей 03 июня 2025 года, заведено наследственное дело у нотариуса Зульяровой Г.А. Наследникам обращаться к нотариусу г. Алматы Бекбайровой Ф.З. по адресу: г. Алматы, мкр. Жетысу-2, дом 69B, офис 1.

304. Открылось наследство после смерти гр. Бекинева Ернана Ернановича, умершего 08 октября 2025 года. Наследникам обращаться к нотариусу Кабдрахмановой Диане Ерболатовне по адресу: г. Астана, район Есиль, ул. Керей Жаныбек ханда, д. 18, офис 103. Тел: +7 701 258 14 98.

305. Открыто наследственное дело после смерти гр. Тусупова Маркеш Абильхасеновна, 18-12-1943 года рождения, умершей 07 июня 2025 года. Наследников прошу обращаться к нотариусу Азмагамбетовой Ризе Сагитановне, по адресу: г. Астана район Алматы, ул. Аль-Фарауд, д. 17, сот. 87079619485.

306. Открылось наследство после смерти гр. Третьякова Георгия Яковлевича, 04.03.1953 года рождения, умершего 22 июня 2025 года. Наследникам обращаться к нотариусу Котову Д.А. по адресу: г. Алматы, ул. Толе би, дом 30, офис 19, р.т. 7 (747) 506-9002.

307. Открылось наследство после смерти:

- гр. Аккуловой Надежды Владимировны, умершей 06 ноября 2025 года;
- гр. Барanova Вячеслава Юрьевича, умершего 09 сентября 2025 года;
- гр. Жаксманова Алмаса Турлубековича, умершего 22 августа 2025 года;
- гр. Чуденбаева Еркенбека Жунисовича, умершего 26 августа 2025 года.

Наследникам обращаться к нотариусу Азмагамбетовой Ризе Сагитановне, по адресу: г. Алматы, мкр. Жетысу-2, дом 69B, офис 1.

308. Открыто наследство после смерти гр. Третьякова Георгия Яковлевича, 04.03.1953 года рождения, умершего 22 июня 2025 года. Наследникам обращаться к нотариусу Котову Д.А. по адресу: г. Алматы, ул. Толе би, дом 30, офис 19, р.т. 7 (747) 506-9002.

309. Открыто наследство после смерти гр. Кредит Сервис Ломбард, расположенный по адресу: г. Астана, ул. Араванова 6, сообщает, что ежедневно по будням (понедельник – пятница) в 10:00 будут проведены торги невыкупленного залогового имущества. Телефон для справок: +7 702 321 86 86.

108. TOO «Seven Development», БИН 200540022159, сообщает о своей реорганизации путем присоединения к ТОО «Bravo Burabay», БИН 250340028813. Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня опубликования объявления по адресу: РК, г. Алматы, Медеуский р-н, пр. Нұрсұлтан Назарбаев, д. 130.

109. TOO «Proизводственная фирма SAFI» (БИН 170540001237) сообщает о своей реорганизации путем присоединения к себе ТОО «Производственная фирма SAFI» (БИН 170540001237). Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня опубликования объявления по адресу: РК, г. Алматы, Турксибский р-он, ул. 13 воен.городок, д. 4, кв. 7.

52. TOO «Производственная фирма SAFI» (БИН 170540001237) сообщает о своей реорганизации путем присоединения к себе ТОО «Производственная фирма SAFI» (БИН 170540001237). Претензии принимаются в течение двух месяцев со дня опубликования объявления по адресу: РК, г. Алматы, Турксибский р-он, ул. 13 воен.городок, д. 4, кв. 7.

110. TOO «ALFA PROPERTIES» (БИН 080940015778) сообщает о своей реорганизации путем

ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ – ЧТО КОПИРУЮТ ДЕТИ?

ДЕТИ УЧАТСЯ У РОДИТЕЛЕЙ НЕ ТОЛЬКО ДОБРЫМ И ПОЛЕЗНЫМ ПРИВЫЧКАМ, НО И ТЕМ, КОТОРЫЕ МОГУТ НАНЕСТИ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ. РОДИТЕЛИ СТАНОВЯТСЯ ГЛАВНЫМ ПРИМЕРОМ, НА КОТОРЫЙ РЕБЕНОК ОРИЕНТИРУЕТСЯ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ. ИМЕННО В СЕМЬЕ ФОРМИРУЕТСЯ ПОНЯТИЕ ТОГО, ЧТО ЯВЛЯЕТСЯ НОРМОЙ, А ЧТО – НЕЖЕЛАТЕЛЬНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ. ОДНИМ ИЗ КЛЮЧЕВЫХ АСПЕКТОВ, ВЛИЯЮЩИХ НА ЗДОРОВЬЕ МАЛЫША С РАННЕГО ВОЗРАСТА, ЯВЛЯЕТСЯ ПИТАНИЕ. ПИЩЕВЫЕ ПРИВЫЧКИ ЗАКЛАДЫВАЮТСЯ БУКВАЛЬНО С РОЖДЕНИЯ И ЗАТЕМ СОХРАНЯЮТСЯ НА ПРОТЯЖЕНИИ ВСЕЙ ЖИЗНИ, ИНОГДА ОКАЗЫВАЯ ВЛИЯНИЕ ДАЖЕ ВО ВЗРОСЛОМ ВОЗРАСТЕ.

Если в доме принято употреблять большие порции жирной и жареной пищи, регулярно есть переработанные мясные продукты – колбасы, сосиски, колбасы, а также злоупотреблять промышленной выпечкой, сладостями, пересаливать блюда и пропускать приемы пищи, ребенок воспринимает все это как естественную часть быта. Позже, став взрослым, изменить такие модели поведения крайне сложно, поскольку они становятся частью привычного образа жизни.

Последствия неправильного питания проявляются на всех уровнях работы организма. Развивается ожирение, нарушается работа желудочно-кишечного тракта, повышается давление, увеличивается риск сердечно-сосудистых заболеваний, ухудшается обмен веществ. Нередко появляются эндокринные нарушения и кариес, а в долгосрочной перспективе неправильные пищевые привычки могут способствовать развитию даже онкологических заболеваний. Поэтому так важно внимательно относиться к тому, что ребенок видит каждый день дома.

Особое внимание следует уделить продуктам из переработанного красного мяса – соленого, копченого, вяленого или консервированного. Такие изделия делают пищу более вкусной и продлевают срок ее хранения, но вместе с этим значительно увеличивают нагрузку на организм. Регулярное употребление подобных продуктов повышает риск хронических заболеваний, и дети нередко начинают воспринимать их как обязательную часть рациона.

Чрезмерное потребление соли – еще одна распространенная привычка взрослых, которая незаметно передается детям. Избыток натрия приводит к повышению кровяного давления, увеличивает вероятность диабета, инсульта и заболеваний почек. Всемирная организация здравоохранения рекомендует употреблять не более пяти грамм соли в день, что соответствует одной неполной чайной ложке. Но в реальности эта норма часто превышается в два-три раза, особенно если семья любит соленые закуски, готовые соусы или полуфабрикаты.

Однако вредные привычки касаются не только соли или жирной пищи. Частые перекусы, «кусочничание», отсутствие полноценного завтрака, а также злоупотребление сладостями формируют неправильные пищевые модели, которые ребенок переносит во взрослую жизнь. Из-за хаотичного питания нарушается уровень сахара в крови, растет риск ожирения, ухудшается внимание, снижается энергия.

Формирование полезных привычек требует времени, терпения и осознанности со стороны родителей. Взрослые должны понимать: ребенок учится не только по словам, но прежде всего по тому, что видит каждый день. Именно личный пример становится самым эффективным способом воспитания. Если родители придерживаются регулярного режима питания, выбирают здоровые продукты, не злоупотребляют сладостями и солеными блюдами, то и ребенок с большей вероятностью будет следовать таким же принципам.

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ВИЧ?

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ СО СПИДОМ НАПОМИНАЕТ НАМ О ТОМ, ЧТО ВИРУС ИММУНОДЕФИЦИТА ЧЕЛОВЕКА (ВИЧ) – ОПАСНОЕ, НО УПРАВЛЯЕМОЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ. ЗНАНИЯ О ВИЧ СЕГОДНЯ ЖИЗНЕННО ВАЖНЫ ДЛЯ КАЖДОГО, ВЕДЬ ИМЕННО ИНФОРМИРОВАННОСТЬ ПОМОГАЕТ ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ И БЛИЗКИХ.

ВИЧ разрушает иммунные клетки – CD4-лимфоциты, которые защищают организм от инфекций и болезней. Когда иммунная система ослабевает, человек становится уязвим к даже обычным заболеваниям, таким, как простуда или пневмония. Если ВИЧ не диагностировать вовремя, иммунная система постепенно ослабевает. На поздней стадии развивается СПИД, при котором организм не может противостоять обычным инфекциям, что часто приводит к летальному исходу.

ВИЧ передается через кровь и биологические жидкости, содержащие вирус, а именно через незащищенные половые контакты с инфицированным партнером; при использовании нестерильных игл, шприцев, татуировочных инструментов или медицинских приборов; от матери к ребенку во время беременности, родов или грудного вскармливания и при переливании крови – крайне редко, если кровь не прошла тщательную проверку.

Даже один незащищенный контакт или использование зараженного инструмента может привести к заражению.

Поэтому меры предосторожности крайне важны.

Сегодня ВИЧ можно контролировать с помощью антиретровирусной терапии (АРВ). Эти препараты блокируют размножение вируса, дают иммунной системе шанс восстановиться и значительно снижают риск передачи инфекции, включая вертикальный путь – от матери к ребенку.

АРВ-терапия позволяет людям с ВИЧ вести практическую полноценную жизнь. При регулярном лечении продолжительность жизни почти не отличается от здоровых людей.

Первые случаи СПИДа зафиксированы в США в 1969 году. Однако ученые считают, что вирус перешел от животных к человеку еще в 1920 году в Киншасе (Конго). К 1985 году в мире зарегистрировали более 20 тысяч случаев СПИДа, и с тех пор вирус распространился глобально.

Сегодня диагностика ВИЧ доступна и точна, а регулярное тестирование позволяет вовремя начать лечение.

Современные препараты позволяют людям с ВИЧ работать, заводить семью и воспитывать детей;

Своевременное лечение и ведение здорового образа жизни позволяют минимизировать осложнения и жить полноценной жизнью.

Всемирный день борьбы со СПИДом напоминает: осведомленность, профилактика и регулярное обследование – наши главные инструменты в борьбе с эпидемией. Знание и ответственность каждого помогают сохранять здоровье и жизнь миллиардов людей. Личная ответственность, поддержка общества и современные медицинские возможности позволяют людям с ВИЧ вести активную, полноценную жизнь, разрушая мифы и снижая дискриминацию.

ГАДЖЕТЫ И СОН – ОПАСНО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

СЕГОДНЯ СЛОЖНО ПРЕДСТАВИТЬ ЖИЗНЬ БЕЗ СМАРТФОНОВ, ПЛАНШЕТОВ, ЭЛЕКТРОННЫХ КНИГ И НОУТБУКОВ. ОНИ ДАЮТ НАМ ОБЩЕНИЕ С БЛИЗКИМИ, ВОЗМОЖНОСТЬ СЛЕДИТЬ ЗА НОВОСТЯМИ, РАЗВЛЕКАТЬСЯ И РАБОТАТЬ. ОДНАКО ЗА ВЕЧЕРНИМ «ПРОЛИСТЫВАНИЕМ» ЛЕНТЫ СКРЫВАЕТСЯ ОПАСНАЯ ЛОВУШКА: ГАДЖЕТЫ ПОРЯТ СОН, А ЗНАЧИТ – НАШЕ ЗДОРОВЬЕ, НАСТРОЕНИЕ И ОБЩУЮ ПРОДУКТИВНОСТЬ.

Главный «враг» ночного отдыха – синий свет экранов. Он нарушает естественные циркадные ритмы, подавляя выработку мелатонина – гормона сна. Мозг воспринимает яркий экран как сигнал дневного времени, и уровень мелатонина падает. В итоге мы бодры, но засыпать труднее, а сон становится поверхностным и не восстановительным.

Ученые доказали, что регулярное воздействие синего света вечером снижает качество фазы сна, которая отвечает за эмоциональное восстановление и закрепление памяти. Ребенок или взрослый, который постоянно использует гаджеты перед сном, чаще просыпается ночью и чувствует усталость с утра.

Смартфоны и планшеты не только светят. Они буквально заставляют наш мозг работать: новости, соцсети, игры, сериалы – мозг активен, а это мешает расслабляться. Эмоциональные всплески от увлекательного или тревожного контента усиливают стресс, и тело «не понимает», что пора спать.

Важно понимать, что постоянное сокращение сна на 30-60 минут каждый вечер суммируется и в итоге дает дефицит в несколько часов в неделю.

Для идеального восстановления рекомендуется полностью затемнять комнату и использовать плотные шторы, маску для сна или выключать все электронные устройства.

Недостаток сна влияет на все. Ухудшается память, внимание, способность концентрироваться и принимать реше-

ния; повышается аппетит, особенно к сладкому, возможен набор веса; повышается вероятность сердечно-сосудистых болезней, диабета, ослабления иммунитета; появляются раздражительность, нервозность, депрессии и эмоциональная нестабильность.

Дети и подростки особенно уязвимы: хронический недосып может замедлять рост, снижать успеваемость в школе и формировать стрессовые реакции, которые сохраняются во взрослой жизни.

Чтобы гаджеты не мешали ночному отдыху, заканчивайте использование устройств за 30-60 минут до сна, чтобы мозг успокоился и начал вырабатывать мелатонин. Используйте ночной режим, фильтры синего света или уменьшите яркость экрана. Исключите игры и фильмы с напряженным сюжетом. Предпочтение лучше отдавать аудиокнигам, подкастам, медитативной музыке или обучающим видео. Приглушите свет, уберите все зарядки и светящиеся приборы, используйте плотные шторы или маску для сна. Ложитесь и просыпайтесь в одно и то же время, даже в выходные. Стабильный режим помогает восстановлению биологических часов.

Дыхательные упражнения, легкая растяжка, медитация, чтение или тихая музыка помогут снизить уровень стресса и подготовить мозг к отдыху.

Умные маски для сна, утяжеленные одеяла, будильники с имитацией рассвета – все это создает лучшие условия для глубокого восстановления.

Даже привычная вечерняя проверка смартфона может испортить сон и негативно сказать на здоровье. Ответственное отношение к использованию гаджетов вечером – это инвестиция в собственное здоровье, хорошее настроение и продуктивность на следующий день.

Алматинский городской центр формирования здорового образа жизни

ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ – ЭТО НЕ СТРОГАЯ ДИЕТА, НЕ ВРЕМЕННЫЙ ОТКАЗ ОТ ЛЮБИМЫХ БЛЮД И УЖ ТОЧНО НЕ СИСТЕМА ЖЕСТКИХ ОГРАНИЧЕНИЙ. ВСЕМИРНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ (ВОЗ) ВЫДЕЛЯЕТ КЛЮЧЕВЫЕ ПРАВИЛА РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ, КОТОРЫЕ ПОДХОДЯТ ЛЮДЯМ ЛЮБОГО ВОЗРАСТА. ЭТИ РЕКОМЕНДАЦИИ НЕ ТРЕБУЮТ КАРДИНАЛЬНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ – ИХ МОЖНО ВНЕДРЯТЬ ПОСТЕПЕННО, ДЕЛАЯ МАЛЕНЬКИЕ ШАГИ К БОЛЕЕ ЗДОРОВОЙ И КОМФОРТНОЙ ЖИЗНИ.

ДЕСЯТЬ ЗОЛОТЫХ ПРАВИЛ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ

ВОЗ рекомендует включать в рацион минимум 400 грамм овощей и фруктов, что соответствует примерно пяти порциям в сутки. Одна порция – это одно яблоко или банан, стакан ягод, порция салата или тарелка тушених овощей.

ВЫБИРАЙТЕ ЦЕЛЬНОЗЕРНОВЫЕ ПРОДУКТЫ

Цельнозерновые продукты содержат значительно больше клетчатки, витаминов группы В, магния, цинка и железа, чем рафинированные аналоги вроде белого риса или белого хлеба.

К полезным цельнозерновым продуктам относятся:

- овсянка, гречка и перловка, цельнозерновой хлеб и макароны.

Постепенно заменяя белый хлеб и сладкую выпечку цельнозерновыми вариантами, вы обеспечиваете себя более стабильным уровнем энергии, улучшает пищеварение и снижает риск переедания.



ОГРАНИЧЬТЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ СОЛИ ДО ПЯТИ ГРАММОВ В ДЕНЬ

Оптимальная норма – не более пяти грамм соли в сутки, что соответствует одной чайной ложке. Понижение количества соли снижает вероятность гипертонии, инфаркта, инсульта и задержки жидкости в организме.

СОКРАТИТЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ ДОБАВЛЕННОГО САХАРА

Избыточный сахар – один из главных факторов риска ожирения, диабета второго типа и кариеса. ВОЗ рекомендует ограничивать его потребление до пяти-десяти процентов суточной калорийности, что соответствует примерно 25-50 г сахара в день (пять-десять чайных ложек).

ОТДАВАЙТЕ ПРЕДПОЧТЕНИЕ ПОЛЕЗНЫМ ЖИРАМ

Полезные жиры необходимы для работы мозга, гормональной системы и усвоения витаминов А, Д, Е и К. Они являются важным элементом здорового рациона.

Лучшие источники:

- растительные масла (оливковое, подсолнечное, льняное, рапсовое),
- орехи и семена,
- морская рыба (лосось, сельдь, скумбрия),
- авокадо.

ИЗБЕГАЙТЕ ТРАНСЖИРОВ

Транжиры являются наиболее вредным типом жиров. Они повышают риск инфаркта, инсульта и нарушений обмена веществ. Чаще всего транжиры встречаются в маргаринах, фабричной выпечке и кремах, фастфуде, чипсах и снеках.

ПЕЙТЕ ДОСТАТОЧНОЕ КОЛИЧЕСТВО ВОДЫ

Средняя норма потребления составляет полтора-два литра чистой воды в день, однако потребность может меняться в зависимости от возраста, веса, уровня активности и условий окружающей среды. В жаркую погоду, при интенсивных физических нагрузках, высоком темпе работы или стрессе организм теряет больше жидкости, поэтому потребление воды следует увеличивать. Люди, активно занимающиеся спортом, могут нуждаться в 2,5-3 литрах жидкости в сутки, чтобы поддерживать оптимальный водно-солевой баланс.

СОКРАТИТЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ ПЕРЕРАБОТАННЫХ ПРОДУКТОВ

Переработанные продукты удобны, но нередко содержат слишком много соли, сахара, насыщенных жиров, консервантов и ароматизаторов.

Отдавайте предпочтение простой домашней еде: запеченные овощи, супы, салаты, каши готовятся быстро и позволяют полностью контролировать состав блюда.

КОНТРОЛИРУЙТЕ РАЗМЕР ПОРЦИЙ И ПРИСЛУШИВАЙТЕСЬ К СЕБЕ

Осознанное питание помогает не только поддерживать здоровый вес, но и лучше понимать свои ощущения. Используйте тарелки меньшего размера, ешьте медленно и тщательно пережевывайте пищу, избегайте приема пищи «на бегу» или перед экраном, наполняйте половину тарелки овощами.

Такая стратегия помогает стабилизировать аппетит и улучшить пищеварение.

СОБЛЮДАЙТЕ РЕЖИМ ПИТАНИЯ

Регулярные приемы пищи помогают поддерживать энергию в течение дня и предотвращают переедание вечером.

Оптимальный режим – это: три основных приема пищи, один-два полезных перекуса. Особенно важен завтрак: он запускает обмен веществ и помогает лучше концентрироваться. Пропускать утренний прием пищи, мы часто сталкиваемся с сильным голодом вечером, что приводит к перееданию.

Формирование полезных пищевых привычек – процесс постепенный. Не нужно стремиться к идеалу сразу: достаточно небольших, но регулярных шагов. Стакан воды вместо газировки, тарелка овощей вместо картофеля фри, прогулка после ужина, отказ от перекусов поздно